

## ТРАДИЦИОНАЛНА ИСХРАНА

Свака гастрономија је израз одређеног поднебља, времена и историјских околности. Једнако је важна као било који други аспект идентитета. Она је дио свакодневног живота у којем се одражава културна разноликост народа и носи бројне специфичности поднебља у којем је настала, те биљних и животињских врста прилагођених за опстанак у условима одређеним локалном климом. Таква исхрана кроз историју па до данас, испреплетена је са свим сферама живота: духовном, материјалном и друштвеном. Постала је темељ идентитета људи који живе на том простору. Производ је мијешања различитих утицаја и култура које те просторе дијеле, а преноси се генерацијама с кољена на кољено.

Постоје разне дефиниције традиционалне хране (традиционалних јела, традиционалних рецепата). EuroFIR (European Food Information Resource) традиционалну исхрану дефинише као традиционална јела (традиционалне рецепте) настала прије Другог свјетског рата, са специфичном припремом и састојцима који их јасно разликују од других сличних производа и категорија у коришћењу „традиционалних састојака“ или у „традиционалном начину производње“.

Традиционална кулинарска култура, која се врло грубо и неподесно може назвати и „сеоска“, одавно је у већини земаља нестала. Домаћинства су храну производила самостално. Исхрана је зависила и од тога да ли је година била родна, од годишњих доба која, а значајан утицај су имали и постови, као и умјешност домаћице. Становништво је куповало само оно што није могло само да произведе. Распоред obroka је зависио од распореда послова који су се обављали у домаћинству или у некој врсти мобе. Некада се тачно знало шта се куха за сваки дан, шта за празнике, а према јелу се односило са великим поштовањем. Јела се нису припремала на брзину и стога су била много укуснија упркос скромном саставу намирница у односу на данас.

Перцепција хране прошла је велику прекретницу, и то прије неколико десетљећа. Традиционални начин исхране и традиционална јела полако нестају због измијењеног начина живота и утицаја других култура. У савременом свијету храна, уз остале доживљаје и промишљања, постаје обичај, дио традиције, баштина, дио културе.

### Традиционална исхрана Поткозарја

Исхрана становника овог краја заснивала се на традиционалним јелима која се и данас могу наћи у неким домаћинствима. Водило се рачуна о количини хране, како би се исхранили многобројни чланови породице, али не толико о квалитету исхране. Храна је претежно била без витамина. Изузетак је представљао љетни период када је било поврћа и воћа.

Уобичајена су била четири obroka: доручак, ручак, ужина и вечера. Доручак се служио прије седам сати, јер је изјутра рано ваљало кренути послом у њиву, башту или за стоком. За доручак се најчешће јела врућа *куруза*, са сланином, јајима, сиром и кајмаком. Кад се почела више сијати пшеница *курузу* је замијенила погача. Погача – *квасни кру* направљен са квасцем био је главна прехранбена намирница и правио се сваки дан. Једино се за даће правио бесквасни хљеб, замијешен са *прашком* – содом бикарбоном. И божићна чесница је прављена без квасца. Бесквасни хљеб се правио и у случајевима када нестане хљеба па треба на брзину да се направи.

Ручак се служио око поднева и обично су га чинила три дијела. Прво се послуживала пита, љевуша или нека житна каша (пура, омач, буњгур,...), а послје тога *кухање* и то зими углавном купус, а љети *гра* или кромпир. У *кухање* се поред поврћа некада стављало парче меса, мада се чешће зготовљавало запршком. Ко је имао кокош *да посијече*, служио би је за ручак. Ручак се редовно завршавао киселим млијеком у које се замрви *кру*, погача, или *куруза*, у зависности од тога шта има. Кисело млијеко се правило од сурутке која је одстајала неколико дана да се укисели у коју се сипало млијеко. Ко је имао више млијека сипао је више и укус је био бољи, а ко није имао довољно млијека замутио би га макар мало да се сурутка *не бистри*. За покладе, пред пост умјесто овако припремљеног киселог млијека служена је *вареника* – цијело млијеко које није разријеђено сурутком да буде кисело. Осталим данима млијеко се сакупљало да се од њега прави сир. Најчешће се правио сир зван *груде*, а зими *туцани сир*.

Када су организоване радне мобе домаћин би заклао јагње, прасе или кокош, у зависности од свог имовинског стања и од броја *посланика* – мобара и тако их нахранио. Печење је ваљало појести исти дан да се не би покварило, јер услова за чување хране није било.

Ужина се служила између ручка и вечере. Будући да су послужење ручка ишли за својим пословима чланови домаћинства су са собом у дрвеној посуди –*застругу* носили ужину углавном сачињену од вруће погаче, парчета сира, мало сланине и лука. Ужина се обавезно служила копачима и жетеоцима.

Вечерало се кад се смркава, да се не пали лампа. И за вечеру су се припремала три јела као и за ручак: жито, кување и кисело млијеко. Ако је остало нешто од ручка то би се послужило, а уколико није кухало се нешто друго и пазило се да не буде исто као за ручак. Послужење вечере се одмах лијегало, јер је изјутра ваљало опет поранити.

Обавезно се клало и сушило прасе – *рањеник*. Колико ће једно домаћинство меса припремити зависило је од имовинског стања и од броја чланова. Сланина је са прасета скидана у једном комаду, шурила се врелом водом, солила и преклопљена остављала седам дана да одстоји у соли, након чега се дизала на таван и читава сушила. На Божић се сјекао први комад те сланине и то дио око репа назван *весела*. Осушена сланина се чувала у *курузима*, јер су они довољно хладни. Шунке су пржене у жмаре, сало се топило у маст, а сушене су ногице, ребарца, плећке.

Прокухане плећке су ношене на збор за Петровдан.

Риба се користила ријетко, углавном за посну славу. Шаран се куповао у Приједору, усолоио и стављао у дрвену качицу 7 дана пред славу. Тако усолена риба се уваља и брашно и пржи.

Од поврћа се узгајао кромпир, купус, лук, *гра* и махуне. Махуне су се јеле у вариву, али су их низали на конач и сушили испод стрехе, па се од њих правила салата. Краставци, паприке и парадајз су почели да се узгајају тек у скорије вријеме. Кромпир се преко зиме чувао у траповима, који су се у прољеће отварао да се узме сјеме, а оно шта преостане се јело. Са кромпиром се често трапило и кестење. Од воћа су највише кориштене шљиве, које су и сушене као и крушке и јабуке. Зимом се од сушеног воћа кухао компот. Јабуке зеленике су се свјеже чувале у траповима за зиму. Становништво је у исхрани користило и гљиве, када их је било. Готово свако домаћинство имало је пчеле и мед за сопствене потребе.

Посластице нису уобичајене у традиционалној исхрани. Умјесто посланица, сладило се свјежим воћем кад га је било. Од воћа су прављене и слатке пите. Пекмез је био главна посланица. Прављен је од шљива у које се није додавао шећер. Стављао се у земљане лонце и покривао листом винове лозе, на који се сипао *луг* – пепео, да се не убуђа. Мазао се на хљеб, али се јео и у посуди у коју се уз пекмез намрви хљеб и дода мало воде. Будимке су биле омиљена посланица, нарочито у вријеме поста. За празнике, свадбе и бабине су се правиле шапе, ролат (*потширмања* од јаја намазана пекмезом) и коке бијеле. Колач коке бијеле је направљен од умућених бјелањака са шећером (1 бјелањак, 4 кашике шећера) који се кашиком ставља на угријану и воском премазану тепсију и ставља на руб шпорета да се осуши. Посебна посланица су биле куповне бомбоне упаковане у *вишек*.

Ракија је уз воду била главно пиће. Правила се углавном од шљива, мада су је правили и од крушака, а јако ријетко од јабука. Уколико није било воћа прављена је прашковача, од прашка који се куповао у Бањој Луци. Пила се кад се раде већи послови. *Копанац* – газда чија се њива копа био је дужан спремити ракију за копаче. Знало се десити да жене кад копају попију пола литре ракије за ручак. Расо је био омиљено пиће у овим крајевима. Пили су га и одрасли и дјеца. Чај се пио и то углавном шипков, липов и зовин. Старији су пили кафу *изјутра* или кад неко дође. Ако је бијела звали су је *дивка*, *цикорија*. Права кафа је купована на фишечих од 5-10 дека и кухала се у посебним приликама и кад неко дође. На празнике се и дјецци правила бијела кафа.

На велике свеце (Божић, Петровдан, Госпојина, Васкрс, крсна слава) у имућнијим кућама се пекло печење. Неко је пекао прасе, а неко јагње. Гледало се да се поједе за дан, јер месо није могло дуго остати. Печење се дијелило родбини и комшијама уколико претекне. Раније је обавезно било јагње за Божић, али доласком Турака да би себи сачували месо прешло се на печење прасета.

Исхрана у вријеме поста била је знатно сиромашнија. Доручковала се шњита хљеба

намазана пекмезом и пио се чај. Прављене су посне пите, са кромпиром, рижом, киселим купусом, луком,... Кување се правило без меса, а често није било ничим ни запржено.

### **Торба за бабине**

Породиљама на бабине се доносила торба са храном. По уласку у кућу торба се качила на штеку од врата и мало заљуљала да дијете брже прохода. *Бабињача* – породиља је прво морала одпити мало ракије, а онда јој се мало просипало низ њедра да боље доји. Вјеровало се да ће од купуса и црвеног лука имати више млијека и боље подојити млијека. У торбу за породиљу обавезно се стављала погача, пита, печена кокош, кајгана, сир, уштипци, колачићи, ракија. Обавезно се правио масни сирац од некуваног млијека на који се стављао хеклани стољњак, па преко њега дрвено *данце* и на крају камен, да се сир исциједи. На тај начин се шара са стољњака прсликавала на сирац. Овако украшен сирац се правио и за свадбе.

### **Омач**

Замијеси се тијесто од пшеничног брашна и развије се као за питу. Ако је лето, тијесто се сушило на чаршафима, на сунцу. Јуфка се ломила и стављала у цак. Зимом се развијено тијесто сјело и лагано пекло на шпорету само да се ухвати корица и након тога се сушило на столу. Осушено тијесто се кухало у врелој води пар минута, циједило и слагало тако да се стави ред тијеста, па ред кајмака. На крају се обавезно зачини кајмаком.

### **Сир**

Сир се правио тако што се у дрвени каблић дан додавао по један сирац сушен пар дана на сунцу, док се каблић не напуни. Сир се притискао *данцем* – дрвени круг и прекривао нечим. Након пет-шест дана на површини се почне хватати скоруп, који се скидао кашиком. Када више није било могуће тако га очистити сир се вадио, препирао, па враћао назад у каблић у који се сипала нова сурутка. Сир је морао зријети два-три мјесеца у каблићу и након тога се износио на сунце да се осуши, пар дана.

Проф. др Ирена Медар-Тања