

ZGODOVINSKI ORIS JEDI

Pečena ajdova kaša z jabolki in skuto

Ajda izvira iz jugozahodne Kitajske. Od tam se je po svetu širila po dveh poteh. Ena pot je šla južno od Himalaje v Butan, Nepal, Indijo in Pakistan. Druga pot je šla preko Rusije. V Evropo so jo zanesli križarji. Nadeli so ji ime »heiden« (staronemška beseda, ki pomeni »pogan, ajd«), ker je prišla iz poganskih krajev. Naši severni sosedi jo imenujejo »der Heiden«, mi pa ajda.

Na Slovenskem je bila prvič omenjena leta 1426 v starih urbarjih. Gotovo pa so jo sejali že desetletja pred tem, ker je trajalo dolgo, preden so jo uvrstili med dajatve. V 16. stoletju so jo poznali že po vsej Sloveniji, v 17. stoletju je postala vodilna poljščina. Poročilo Kranjske kmetijske družbe iz leta 1837 navaja, da se slovenski kmet preživlja v glavnem z ajdo. Pridelek pšenice je bil v tistem času 15 % nižji od ajde, pridelek rži pa za 37 %. Ajda je bila hrana kmetov, najete delovne sile in revnih ljudi. Ljudi je nasitila in jim zagotovila kakovostne beljakovine tudi če si niso mogli privoščiti mesa. Ajda namreč vsebuje vse esencialne aminokisliline. Njihova biološka vrednost je preko 90.

Ajda je imela pomembno vlogo v ljudski prehrani in je bila do začetka preteklega stoletja pogosta sestavina vsakdanjega ljudskega jedilnika. V petih stoletjih pridelovanja ajde na Slovenskem je tako nastalo veliko različnih jedi iz ajdove kaše in moke: močniki, medle, mešte, žganci, kruh, kolači, pogače, štruklji, krapci, kaše. Mnoge med njimi so se obdržale, danes jih uvrščamo med tradicionalne jedi, a so še vedno aktualne: denimo ajdovi žganci s kislim zeljem ali kislim mlekom ali obaro, ajdova kaša z gobami, ajdovi štruklji z orehi ali s skuto, itd. Slovenski ajdovi žganci bili prvič omenjeni že leta 1465 v nemški kuharski knjigi. Sprva so bile jedi preproste, katerih prvoten namen je bil zgolj napolniti želodec. Kot posebnost in spomin na hudo lakoto v letu 1527 se je ohranila postna jed aleluja, kuhana iz ajdova kaše ali moke in repnih olupkov.

Do okoli leta 1955 so v Sloveniji še veliko sejali ajdo, potem se je umaknila donosnejšim poljščinam kot so koruza in druga žita. Danes ajda spet pridobiva na pomenu.

Glavna gospodarska panoga kmečkega prebivalstva na Gorenjskem je bila živinoreja, ki je določala tudi prehrano ljudi. Ohranjeni so zapisi o sirarstvu iz 13. stoletja. Izdelovanje skute iz posnetega kislega mleka sodi med najstarejše in najpreprostejše načine predelave mleka. Maslo so prodajali, kislo mleko in skuto so uporabljali za lastno prehrano.

O sadjarstvu v srednjem veku ni veliko podatkov. Naprednejše pridelovanje sadja je bilo omejeno na samostane in grajske vrtove, kjer so že začeli s sajenjem prvih žlahtnih sort. Na podeželju je prevladovalo samoniklo sadjarstvo, kjer so gojili divje in manj žlahtne sorte sadja. Celo v mlajših urbarjih gorenjskega območja ne najdemo dajatev v obliki sadja. Pa vendar eno najstarejših slikovnih pričevanj o sadjarstvu na Kranjskem izvira iz Radovljice, saj je med slikami radovljiškega rokopisnega koledarja iz leta 1415 za mesec marec upodobljen mož pri obrezovanju sadnega drevja. Sadjarstvo se je med kmečkim prebivalstvom



UNIONE EUROPEA
EVROPSKA UNIJA



*Obiettivo Cooperazione territoriale europea
Italia-Slovenia
2007-2013
Cilj Evropsko teritorialno sodelovanje
Italija- Slovenija
2007-2013*

razmahnilo šele na začetku 19. stoletja, ko je župnik in sadjar Franc Pirc ustanovljal drevesnice, poučeval kmete sadjarskih veščin in jim zastonj razdeljeval cepiče sadnega drevja.

Ajda je pomembno vplivala na razvoj čebelarstva. V 15. in 16. stoletju, ko se je na slovenskem ozemlju kot poljščina vse bolj uveljavljala ajda, je kmalu postala glavna jesenska čebelja paša. Med in vosek so izvažali v primorska mesta in preko Koroške naprej v nemške dežele, zlasti na Bavarsko. O velikih količinah medu, ki so ga v 17. stoletju izvažali s Kranjske, poroča Janez Vajkard Valvasor (1641-1693) v svoji znameniti Slavi vojvodine Kranjske iz leta 1689. Glede medenega pridelka Valvasor pravi, da se ga »mnogo razpošlje v druge dežele in ga gre zlasti na Solnograško vsako leto veliko tisoč stotov. Koliko medu se v Kranjski deželi pridelala in čez potrebo pridelala, je dovolj razvidno iz tega, ker je tako poceni: za funt medu se da na Kranjskem dva krajcarja in še tudi manj.« Sredi 18. stoletja je bilo čebelarstvo na ozemlju današnje Slovenije dobro razvito zlasti na Koroškem in v severozahodnem delu Kranjske.

V današnjem času globalizacije zlahka pozabimo, da so bile v preteklosti pri nastanku neke jedi odločilne razpoložljive surovine in pripomočki za pripravo jedi. Razvoj pripomočkov je bil počasen. Krušne peči so se pojavile šele v začetku 18. stoletja, pred tem so za kuhanje uporabljali odprta ognjišča. Krušna peč je služila vsakršni toplotni obdelavi hrane. V njej se je peklo, cvrlo in tudi kuhalo, na peči pa sušilo. Jedi iz kaše so se pripravljale v krušni peči. Ko se je jed zgostila, se je po vrhu zapekla in dobila zlato rumeno skorjico. Pečena kaša je zlasti teknila otrokom. Pripravljali so pečeno proseno ali pa ajdovo kašo z različnimi dodatki: suhim ali svežim sadje, orehi, skuto, ali zgolj pečeno mlečno kašo. Pečeno jed so sladkali z medom. V novejših receptih se med sestavinami pojavijo še jajca, maslo, sladkor, kislina smetana in dišave. Kmečko prebivalstvo tega časa je potrebovalo energijsko močno hrano, zato so bile jedi zabeljene z maslom ali kislino smetano. Poleg tega maščoba jedem daje prijetno aromo. Naš recept je za današnji čas nekoliko prirejen. Maslo se uporabi le za premaz pekača. Ajdova kaša ni kuhana v mleku, pač pa v vodi. Namesto sladkorja uporabimo večjo količino jabolk. Dodamo lahko dišave kot sta limonina lupina in cimet. Servirano jed lahko osladimo z medom, ki naredi okus še polnejši.

Viri:

Benedičič, V., Luznar, B. in Zupan, T.: Kratka zgodovina sadjarstva na zgornjem Gorenjskem, <http://www2.arnes.si/~mzupan109/files/Zgodovina.htm> (oktober 2012)

Hafner, P.: Ta dobra stara kuha, Cankarjeva založba, Ljubljana, 1982

Gregori, J.: Kratek pregled čebelarstva zgodovine do 21. stoletja, Prirodoslovni muzej Slovenije, http://www.tms.si/fck_files/image/Dogodki11/TE/zgodovina.pdf (oktober 2012)

Kreft, I.: Ajda, Kmečki glas, Ljubljana, 1995

Novak, B.: Kuharska enciklopedija, založba Modrijan, Ljubljana, 2009

Renčelj, S., Perko, B. in Bogataj, J.: Siri nekdanj in zdaj, ČZDP Kmečki glas, Ljubljana, 1995

Pečena ajdova kaša z skuto in jabolki

Sestavine:

30 dag ajdove kaše
1 l vode
2 jajci
50 dag skute
1 kg očiščenih jabolk
15 dag sesekljanih orehov
5 dag sladkorja
cimet
maslo

Ajdovo kašo operemo v vroči vodi. Stresemo jo v osoljen krop in pokrito pustimo, da popije vso tekočino. V ohlajeno kašo vmešamo jajci, sladkor (po želji), skuto, naribana jabolka, mlete orehe in cimet, vse dobro premešamo ter naložimo v z maslom namazan pekač. Pečemo 40 minut pri temperaturi 200 °C.

ROAST BUCKWHEAT PORRIDGE WITH CHEESE AND APPLES

Ingredients:

30 dag buckwheat
1 liter of water
2 eggs
50 dag cottage cheese
1 kg of purified apple
15 g chopped walnuts
5 g of sugar
cinnamon
butter

Wash the buckwheat in hot water. Put it in boiling salt water and leave it covered so it absorbs all the liquid. Wait until it gets cold and add eggs, sugar (if desired), cottage cheese, grated apples, walnuts and cinnamon powder, mix well and put in a buttered pan. Bake 40 minutes at 200 ° C.



*Obiettivo Cooperazione territoriale europea
Italia-Slovenia
2007-2013
Cilj Evropsko teritorialno sodelovanje
Italija- Slovenija
2007-2013*

