

4

Tradycje kulinarne oraz obrzędy, czyli o znaczeniu i umiejętności przyrządzania potraw na co dzień i od święta

KINGA TOPOLSKA¹, AGNIESZKA FILIPIAK-FLORKIEWICZ²

^{1,2} Katedra Technologii Produktów Roślinnych i Higieny Żywności,
Wydział Technologii Żywności, Uniwersytet Rolniczy w Krakowie,
al. Mickiewicza 21, 31-120 Kraków

¹ kinga.topolska@urk.edu.pl, <https://orcid.org/0000-0003-0383-6869>

² agnieszka.filipiak-florkiewicz@urk.edu.pl, <https://orcid.org/0000-0003-0383-6869>

Streszczenie: W rozdziale przedstawiono kulinaria, które były nierozdzielnie związane z obchodzeniem różnych uroczystości, głównie religijnych, świąt oraz celebrowaniem ważnych chwil w życiu rodzin, jak narodziny dziecka, chrzciny, ślub i inne. Dostosowanie potraw do każdej z tych uroczystości oraz pielęgnowanie zwyczajów z kuchnią w roli głównej stanowią trwałe elementy tożsamości narodowej i regionalnej Polaków. Zwrócono również uwagę na niezwykle istotny aspekt związany z przygotowywaniem posiłków, na co dzień i od święta, czyli na kwestie posiadania odpowiedniej wiedzy w zakresie sztuki kulinarnej. Chodziło o znajomość nie tylko samych przepisów na daną potrawę, ale i kwestii jakościowych (ze szczególnym uwzględnieniem surowca) oraz organizacyjnych (dobór menu, liczba dań, przeliczenie na liczbę biesiadników, kolejność podawania itd.). Z pomocą przychodziły tu niegdyś rozmaite poradniki, kalendarze, książki – o niektórych z nich, pisanych przez kobietę i dla kobiet, wspomniano także w tym rozdziale. Tego rodzaju wsparcie merytoryczne, tu na przykładzie dzieł Lucyny Ćwierczakiewiczowej, było szczególnie ważne i cenne dla młodych gospodyń domowych, niedoświadczonych jeszcze w organizacji rozmaitych przyjęć okolicznościowych. Podkreślono też wieloaspektowość w zakresie roli oraz znaczenia jedzenia i zwyczajów z nim związanych.

Słowa kluczowe: tradycja, kulinaria, chrzciny, wesele, stypa, gospodynie, przepisy kulinarne, organizacja przyjęć, źródła wiedzy, kuchnia domowa

1. Wstęp

Wiejski krajobraz i bioróżnorodność stwarzają doskonałą bazę do rozwoju rynku żywności o tradycyjnym charakterze. Konsumentci coraz częściej sięgają po produkty tradycyjne i lokalne, aby doświadczyć m.in. smaku danego regionu. Wyróżniają się one dobrą jakością i specyficznym składem chemicznym (Grębowiec, 2017). Słowo „dziedzictwo” pochodzi od łacińskiego *patrimonium* oznaczającego majątek rodowy, dobra w postaci spadku przekazywanego z pokolenia na pokolenie. W języku potocznym za dziedzictwo uznaje się wszystko, co pozostało z przeszłości i postrzegane jest jako nasza własność lub to, co konkretna wspólnota uznaje za swój spadek (Torowska, 2018). Dziedzictwo ma zawsze wymiar społeczny, ponieważ należy do nas wszystkich i każdy z nas ma do niego prawo (Purchla, 2017). Do dziedzictwa w ramach kultury niematerialnej zalicza się: zwyczaje, rytuały, obrzędy, sposoby uprawy ziemi, hodowli, gospodarowania i wytwarzania przedmiotów, folklor muzyczny, taneczny i słowny (w tym legendy, gwary, mowy obrzędowe), a także wytwarzanie dzieł o walorach artystycznych oraz tradycje życia rodzinnego, sąsiedzkiego i wspólnotowego (Hełpa-Liszkowska, 2013).

Dziedzictwo kulinarne stanowi istotną składową wieloaspektowego pojęcia, jakim jest dziedzictwo kulturowe, oznaczającego dorobek przeszłych pokoleń w szeroko pojętych zakresach: nauki, oświaty, architektury czy też techniki. Dziedzictwem kulinarnym można więc nazwać wszelkie elementy wiążące się ze stylem życia starszych pokoleń. Jak wiadomo, jedzenie jest podstawą funkcjonowania człowieka, tak więc sposób odżywiania poprzednich generacji stanowi nieodłączną część spuścizny kulturowej. Według Gąsiorowskiego (2006) dziedzictwem kulinarnym są produkty i artykuły spożywcze charakteryzujące się specyficznymi cechami jakościowymi oraz tradycyjnymi metodami produkcji z wykorzystaniem „starych” technologii oraz silnie związane z regionem, w którym są w sposób historyczny wytwarzane. Dziedzictwo kulinarne stanowi nieodzowny element kulturowy każdego narodu. Produkty regionalne i lokalne, głęboko zakorzenione w historii, mające swoje źródła w tradycji i zwyczajach, decydują o kulinarnej atrakcyjności danego obszaru Polski. Unia Europejska chroni i promuje narodową oraz regionalną tożsamość ze szczególnym uwzględnieniem produktów i kuchni. Dziedzictwo kulinarne wyróżnia się regionalną specyfiką odzwierciedlającą charakter danego miejsca. Obejmuje hodowlę zwierząt, uprawę roślin, sposoby przechowywania i konserwowania żywności, korzystanie z naturalnych dodatków. Nadmierna konsumpcja żywności typu *fast food* czy *instant* powoduje, że kuchnia tradycyjna, złożona z reguły z naturalnych, prostych składników, jest obecnie uważana za bardzo atrakcyjną i pożądaną (Światała-Trybek, 2014).

Dziedzictwo kulinarne jako istotny element kultury ludowej pozytywnie wpływa na rozwój turystyki, w tym na wzrost frekwencji i rentowności obiektów turystycznych. Turystyka kulinarna jest dobrym sposobem na promocję poszczególnych

regionów i produktów dziedzictwa (Žuromskaite, 2010). Miłośnicy tej formy podróży i wypoczynku są skłonni przeznaczyć znacznie większą część budżetu turystycznego na degustację potraw i produktów regionalnych (Jęczyk i in., 2014).

Fascynacja dziedzictwem kulinarnym w Europie sięga ubiegłego wieku, kiedy to w Szwecji (w południowo-wschodniej Skanii) i na duńskiej wyspie Bornholm narodził się i został wdrożony w życie projekt Europejskiej Sieci Regionalnego Dziedzictwa Kulinarnego (ESRDK). Ideą tego projektu była potrzeba rozpowszechniania i stymulacji rozwoju regionalnej tożsamości kulinarnej (Jęczyk i in., 2014). Produkty rekomendowane do Sieci nie mogą zawierać między innymi środków aromatyzujących oraz niektórych składników żywności o działaniu aromatyzującym do stosowania w środkach spożywczych, stabilizatorów, wzmacniaczy smaku, konserwantów, barwników, substancji zagęszczających itp. (Mrowczyk-Madeja i Chadzińska, 2019).

Zatwierdzone podmioty stają się członkami zrzeszonej sieci regionalnej i europejskiej, zyskując miano ambasadorów żywności w danym regionie. Noszą rozpoznawalne w całej Europie logo Culinary Heritage – czapkę szefa kuchni z nożem i widelcem na niebieskim tle z napisem „Dziedzictwo Kulinarne” (Jęczyk i in., 2014; Światała-Trybek, 2014).

2. Tradycje i obrzędy – elementy dziedzictwa kulinarnego

Tradycje kulinarne różnych grup etnicznych i kulturowych obejmują także rozmaite pokarmy okolicznościowe, związane z narodzinami dziecka, chrzcinami, obrzezaniem, weselem, pogrzebem, obchodzeniem urodzin i imienin, świętowaniem nadejścia wiosny, zakończenia zbiorów itp. Przykładowo, chrzciny odbywały się zwykle dwa lub trzy tygodnie po narodzinach. W dniu chrztu rodzice chrzestni przynosili prezent dla dziecka oraz coś do jedzenia i picia. Do obowiązków kumów należało dostarczenie placka, chleba i koniecznie wódki, bez której chrzciny nie mogły się odbyć. Przed wyjazdem do kościoła w domu częstowano chrzestnych alkoholem, ponieważ dobry humor obojga kumów wróżył, że dziecko będzie śmiałe i wesołe (Zych i Zych, 2021).

We wszystkich wymienionych wyżej przypadkach pożywienie ma podkreślać odświętny charakter posiłku, sprzyjać wytworzeniu przyjemnej atmosfery i okazaniu gościnności, przy czym bardziej niż wartość odżywcza liczy się wtedy jego wartość symboliczna. Do pokarmów odświętnych zalicza się te, które z przyczyn ekonomicznych nie mogą być często spożywane przez daną społeczność. Jadłospis uroczystych posiłków jest też bardziej niż zwykle urozmaicony i obejmuje potrawy najczęściej pracochłonne, wyszukane, na których przygotowanie w dni powszednie nie starcza czasu (Makała, 2014).

Kultura ludowa jest niezwykle różnorodna. Ze wszystkich obrzędów ludowych najbogatszy w treści i formę jest obrzęd weselny (Oleszczuk, 1951). Z uroczystością

tą związane są liczne zwyczaje i tradycje oraz bogaty zasób słownictwa ogólnopolskiego i gwarowego (Surma, 2020).

Niektóre przejawy kultury ludowej są ściśle zintegrowane z liturgią kościelną, jak np. chrzciny, ale można wyodrębnić również te o bardziej świeckim charakterze – do nich należą wesela. Choć sam ślub jest uświęcony w kościele, w sferze *sacrum*, to wiele związanych z tą uroczystością zwyczajów i praktyk pozostaje w przestrzeni *profanum* (Obrzędy, b.r.). Obrzędy weselne rozwijały się stopniowo z dawniejszych, mających ongiś na wskroś magiczne znaczenie. Ze względu na wyrazistość oraz bogactwo form i treści stały się one przedmiotem licznych badań, dzięki czemu posiadamy bogate zbiory źródeł i opracowania naukowe. Również współczesne ludowe wesela zachowały wiele dawnych obrzędów (Oleszczuk, 1951). W ramach uroczystości ludność często tworzyła spontanicznie małe scenki rodzajowe, np. „bramy”, a także *ad hoc* wypełniała względnie utrwalony przez tradycję scenariusz zdarzenia na bieżąco wymyślanymi przez aktorów społecznych, niepodawanymi rytualizacji elementami (Bielecka-Prus i Pepaś-Skowron, 2016).

Zawieranie małżeństw podporządkowane było najczęściej względem materialnym. Ponieważ własnym środkiem utrzymania całych rodzin było gospodarstwo rolne kilku- lub kilkunastu morgowe, a także i praca na nim wszystkich jej członków, brano pod uwagę przydatność przyjmowanej do grona jednostki. Wybieranie żony zdatnej do roboty, dobrej gospodyni i sposobnej do wszystkiego wpływało z konieczności stanu majątkowego i sposobu życia. W tradycji ludowej określane były też granice wieku wstępowania w stan małżeński: dla mężczyzn wynosił on 20–30 lat, a dla kobiet 17–25 (Oleszczuk, 1951).

Wszystkie okoliczności poprzedzające wesele wiązały się z sutymi poczęstunkami, których obfitość zależała od zamożności rodziny. Bywało, że huczne uroczystości pozostawiały spore długi, spłacane przez wiele miesięcy, a nawet lat (Zych i Zych, 2021).

Do ważniejszych wydarzeń wieczoru przedślubnego należało przygotowywanie i pieczenie ciasta obrzędowego – korowaja – przez zaproszone grono kobiet zwanych „korowajnicami” lub „karawajnicami”; zwyczaj ten był kultywowany przede wszystkim na Podlasiu, Suwalszczyźnie, Lubelszczyźnie oraz Mazowszu. Niekiedy kobiety przynosiły mąkę i potrzebne przyprawy. Gdy już wszystkie zebrały się w domu weselnym panny młodej, najstarsza wyrabiała ciasto, a inne, pomagając jej w tym, śpiewały. Zadaniem ojca panny młodej było przeżegnanie ciasta po jego wygnieceniu. Potem korowaj pieczono, a po wyjęciu z pieca ozdabiano cukierkami, lukrem, barwinkiem i innymi ziołami, na środek zaś wtykano pęczek kaliny. Następnie z muzyką wynoszono ciasto do komory, gdzie pozostawało do momentu dzielenia w czasie wesela (Oleszczuk, 1951).

Także na Podkarpaciu (Pogórze Dynowskie) pieczono tradycyjne ciasto z pszennej mąki, mleka, cukru i jajek zwane korowajem, które swaszka dekorowała ozdobami z ciasta zwanymi szyszkami (Bielecka-Prus i Pepaś-Skowron, 2016). Jak wskazują autorki, potrawy weselne przygotowywano pod kierownictwem kucharki już tydzień

przed weselem, z zaangażowaniem zarówno krewnych, jak i sąsiadów. Zwykle były to dania mączne, ziemniaczane oraz kasze, niekiedy rosół z odrobiną mięsa.

Zbliżone tradycje kulinarne występowały też w innych częściach Polski. Na Podlasiu w bezpośrednich przygotowaniach do biesiady weselnej pomagały najbliższa rodzina i sąsiadki. Gotowano mięso w dużych garnkach, galarete, tzw. zimninę lub kwaszaninę, pieczono gryczanniki, soczewiaki, śmieciuchy, chleb razowy, bułki i kołaczki. Kobiety zamężne zajmowały się wypiekami korowaja weselnego, którym potem obdarzano gości w czasie wesela. Ciasto z produktów przyniesionych przez pozostałe sąsiadki: jajek, mąki, masła, mleka i innych zagniała karawajnica. W trakcie pieczenia korowaja z kuchni wypraszano mężczyzn – była to sfera zastrzeżona dla mężatek, „bo by się korowaj nie udał”. W domu panny młodej ciasto weselne pieczono tylko raz, gdyż wiązała się z tym wróżba na przyszłość. Jeśli korowaj był udany, miało to zwiastować wszelką pomyślność na nowej drodze życia, jeżeli zaś nie podrosł lub był zakalcowaty, źle to wróżyło nowemu małżeństwu. W czasie mieszania produktów karawajnica dodawała także wodę święconą, zaś po wyrobieniu ciasta i przełożeniu go do dzieży czyniła nad nim znak krzyża. Nie przeszkadzało jej to w wypowiedzeniu czegoś w rodzaju zaklęcia:

*Padchoć, padchoć nasz karawaj,
z dubowej dzieżki dno wybiwaj,
kali budziesz wybiwaci,
budziem cibie hibaci* (Cieśluk, 2013, s. 198).

Pozostałe kobiety uczestniczące w tej ceremonii śpiewały specjalną pieśń o korowaju. Wypiekano też „gąski” weselne – rodzaj małych ciasteczek, w kształcie czasami ptasiej główki, a czasami kopytek. Przygotowywano ich bardzo dużo, gdyż na dzień przed ślubem do domów panny młodej i pana młodego przybywały małe dzieci, młodzież, a nawet osoby starsze, które w progu mówiły: „My przyszli do was po gąski” i obowiązkiem gospodyni było obdarowanie nimi (Cieśluk, 2013).

Czynnościom związanym ze zwyczajami poprzedzającymi wesele (np. poltrowanie wiązało się niekiedy z rozsypywaniem przed domem słomy, pierza, popiołu czy gruzu) towarzyszyły niezmiennie hałas i wesołość biesiadników, a także poczęstunek, który musiał zapewnić gospodarz. Podobnie było w powiecie gnieźnieńskim, gdzie o próg rzucano butelki, dopóki goście nie zostali ugostzeni napitkiem i ciastem przez młodych. W powiecie międzychodzkiem poczęstunek serwowali natomiast rodzice (Surma, 2020).

W przebiegu tradycyjnych obrzędów weselnych istotną rolę odgrywały konkretne produkty takie jak chleb, sól czy gorzałka, jak również wyposażenie kuchenne, np. łyżka wazowa zwana warzęchą, do której zbierano pieniądze (Obrzędy, b.r.).

Przykładem może być moment powitania pary młodej po zaślubinach. Ojciec i matka wynosili przed dom dzban piwa, szklanek i bochenek chleba. Na Podlasiu, jeżeli pan młody brał żonę do siebie, to on trzymał chleb do wymiany z teściami;

jeżeli z kolei małżonek szedł „w przystępy”, wówczas po ślubie wesele jechało do domu weselnego pana młodego, tam zaś panna młoda trzymała bochenek (Oleszczuk, 1951). Znane jest powiedzenie rodziców do wracających z kościoła państwa młodych: „Witamy was chlebem i solą, żeby w waszym życiu nie zabrakło soli i chleba, i wszystkiego, co do życia potrzeba” (Cieśluk, 2013, s. 205). Rodzice panny młodej często czekali przed domem także na weselników i częstowali ich wódką i chlebem. W takich sytuacjach w niektórych regionach kraju goście składali dary gospodarzom. Było to najczęściej jedzenie, z którego przygotowywano późniejszą ucztę (Tymochowicz, 2018). W Galicji matka panny młodej w progu domu witała nowożeńców chlebem i solą, a następnie spożywano śniadanie, które składało się z białej kawy, bułek, masła, sera, kiszki kaszanej i dużych ilości alkoholu. Potem tańczono w tzw. domu odstępnym, czyli w chacie starostów. Około północy przyrządzano obiad, po którym odbywał się tzw. biały wieniec, czyli wykupowanie panny młodej przez męża i gości. Następnie krojono weselny kołacz (we wschodniej Galicji zwany korowajem) i częstowano nim gości (Zych i Zych, 2021).

Okazywanie gościnności i częstowanie jest niewątpliwie przywilejem gospodarza, honor przynosi natomiast gościom, podkreśla bowiem ich znaczenie. Na wsi dawniej bez takiej zachęty nikt z zaproszonych nie tknąłby się niczego, co postawiono przed nim na weselnym stole czy podczas innej okazji (Sikora, 2018). Po pierwszym poczęstunku weselnicy za stołami intonowali odpowiednie przyśpiewki. Stoły obficie zaopatrzone były w potrawy przygotowane przede wszystkim z uprawianych lokalnie roślin zbożowych i jarzyn, pieczywo i różnorodne napoje, przeważnie piwo i wódkę. Do najpopularniejszych dań należały potrawy z kapusty, grochu i kaszy (Oleszczuk, 1951).

Podczas wesela, jeśli zaproszonych gości było wielu, a pomieszczenie małe, posiłki spożywano „na raty” – najpierw państwo młodzi, drużbowie i rodzina nowożeńców, potem dalsi krewni, a na ostatku dzieci i goście, co do których była pewność, że się nie obrażą. Obrzędowe ucztowanie odbywało się zawsze przy stole (w dni powszednie przy niższym taborecie), co miało podkreślać uroczysty charakter obchodów. Jadanie na co dzień przy stole „uważane było za grzech”, mebel ten postrzegano bowiem jako ołtarz domowy (Sikora, 2018).

Zwyczajowym jądłem weselnym w okolicach Lipska były: chleb, mięso gotowane w kawałkach (wieprzowe, wołowe, baranie), zinnina, czyli galareta, salceson, kiełbasa swojska, kiszka kartoflana, kiszka wątrobiana, kasza kartoflana, czyli babka ziemniaczana, śmieciuchy, gryczanniki, soczewiaki, bułki drożdżowe i suchary z mąki. W bogatszych domach tradycyjnie zarzynano dużego prosiaka, którego opiekano następnie nad paleniskiem na podwórzu i podawano do stołu w całości. Każdy mógł podejść, odkroić kawałek i zjeść z chlebem (Cieśluk, 2013). Z opracowania Świtały-Trybek i Przymuszały (2018) na podstawie materiałów etnograficznych wynika, że wywary mięsne z różnymi dodatkami towarzyszyły weselom prawie zawsze. Z końca XVIII w. pochodzą zapisy ze wsi pod Gliwicami, z których można dowiedzieć się, że na jadłospis weselny składały się następujące potrawy: rosół wo-

łowy z grochem, wołowina, flaczki z jagłami, rosół z kaszą tatarską i owocami suszonymi, dróbka gęsie, pieczenie wołowe i gęsie oraz kiełbasy na łokieć. Autorki opisują, że również Lucjan Malinowski, przebywający w 1869 r. na Śląsku, pozostawił taki oto spis potraw z uczty weselnej w Wiśle (cieszyńskie):

- „1. Polewka skopowa z pogańską kaszą (tatarka),
2. Wielka misa czarnej kapusty,
3. Polewka cielęca z grochem,
4. Polewka powięziowa (wołowa) z gauszkami (rodzaj klusków),
5. Kasza prosiana (jaglana) z masłem” (cyt. za Światała-Trybek i Przymuszała, 2018, s. 194).

W niektórych regionach liczba potraw w menu weselnym bywała dokładnie określona – od siedmiu do dziewięciu. Do stołu podawał je starosta lub członkowie drużyny weselnej, do zadań których należało także nalewanie alkoholu oraz zabawianie gości. Musieli przy tym pamiętać, że nie należy polewać trunku lewą ręką, bo przyjmujący go albo się upije, albo zachoruje. Tak samo nie wolno dolewać trunku do resztki zostawionej w kieliszku, dlatego po wypiciu odwracało się naczynie do góry dnem i wytrząsało pozostałości na podłogę. Pospolite było również przy picu „zdrówkowanie”, jak mówią w górach. Przypijając do kogoś, mówiło się np. „Boże daj zdrowie”, na co odpowiedź brzmiała „Z Panem Jezusem pijcie”. Odmowa pozdrowienia na Podhalu stawała się nieraz powodem do bitki w karczmie, co, jak przytacza Tymochowicz (2018, s. 172), „jest tem zrozumiałe, że karczma odgrywała wielką rolę nie tylko w życiu towarzyskiem, ale i w wielu zwyczajach ludowych”.

Oprócz tradycyjnego menu także sposób konsumpcji bywał odmienny od dzisiejszego. Jak notuje Sikora (2018), w zgodzie z tradycją z jednej miski jedzono też w zasobnych chłopskich domach i zwyczaj ten długo utrzymywał się na przykład w okolicach Krakowa. W swej etnograficznej monografii wsi Brzozowa z lat 1897–1906 Jan Świątek opisał taką – obiektywnie dość uciążliwą – formę spożywania weselnego obiadu przez gości. Obiad weselny w Brzozowej to: „kapusta z mięsem, ziemniaki z rosółem, makaron z rosółem lub ryż z mlekiem albo maszczony, mięso gotowane samo lub ze śliwami, kasza jęczmienna z flakami – to są potrawy, które na dwóch lub jednej wielkiej misie stawiają kolejno na stół, a raczej na długą ławę (na wyższych nogach)” (cyt. za Sikora, 2018). Chleb lub ciasto stawiano na stołach w dużych sitach, zwanych przetakami; one też często służyły jako taca do przenoszenia potraw. Napoje alkoholowe spożywano z jednego kieliszka lub kilku przy większej grupie osób. Jedzenie z jednej miski i picie z jednego naczynia miało cementować więzi uczestników uczty. Talerzy zaczęto używać na początku XX w. w regionach bardziej rozwiniętych, a na Kresach i na południu tradycja spożywania wspólnego posiłku z jednej miski praktykowana była w biedniejszych rodzinach jeszcze w latach 60. i 70. XX w. (Sikora, 2018).

Po posiłku, zwłaszcza jeśli był obfity i smaczny, wypadało wyrazić głośno swoje uznanie dla kunsztu kulinarnego gospodyni. Podczas wesel wykonywane były

specjalne przyśpiewki, za pośrednictwem których chwalono lub ganiono kucharki (Bichta, 2018).

Doskonały opis ewolucji, jaką przeszły uczyty weselne, przedstawia Dumowski (2010): „W 1828 roku w «Kurierze Warszawskim» zamieszczono historię o ślubach przedstawicieli kilku pokoleń jednej rodziny zawartych w 1687, 1714, 1760, 1780 i w 1808 roku. Dowiadujemy się z niej m.in., że «wesele prapradziada trwało przez tydzień, wyszło rozmaitego wina beczek 10. Pradziada trwało przez pięć dni, wina beczek 4. Dziada przez trzy dni, wina beczka. Ojca godzin 24, wina butelek 100. Syna trwało cały wieczór, wino szampańskie tylko przy kolacji cukrowej. Ostatnie zaś zaślubiny były incognito, herbaty 12 filiżanek»”.

Uczyty towarzyszyły wielu tradycyjnym zwyczajom, świętom i uroczystościom. Nie inaczej było z rytuałem pogrzebowym – stypa stanowiła jego nieodłączną część. Po celebracji w kościele i na cmentarzu udawano się najczęściej do karczmy, gdzie rodzina zmarłego częstowała chlebem i wódką. Śpiewano pieśni w intencji nieboszczyka, odmawiano różaniec, wspominano zasługi zmarłej osoby, pocieszając w ten sposób rodzinę, zgodnie z łacińską sentencją *De mortuis nihil nisi bene* („O zmarłych tylko dobrze”). Uczyty trwały kilka godzin, czasem towarzyszyły im bijatyki; wszystko kończyło się odmawianą na kolanach modlitwą (Zych i Zych, 2021).

Podczas stypy nie zapomniano o potrzebach duszy zmarłego, która według wierzeń jeszcze kilka dni po śmierci mogła przebywać w pobliżu domu. Dla niej to przeznaczano krople wódki, których kilka strząsano na podłogę lub wylewano za siebie, mawiając: „a nam na zdrowie” (Bichta, 2018). Podczas chrzcin czy wesel atmosfera biesiady była znacznie swobodniejsza. Bywało, że i na stypach „pod wpływem jedzenia i napitków poważny nastrój ustępował wesołości, skoczny żartobliwym piosenkom, muzyce, a nawet tańcom, do których niekiedy udawało się nakłonić młodą wdowę” (Tymochowicz, 2018).

W tradycji spożywania uroczystych posiłków, nie tylko po pogrzebach, każdy element miał swoje miejsce i znaczenie: inne na przykład dla chleba i miodu, a inne dla alkoholu. „Stypa”, „boży obiad”, „konsolacja” – pod którąkolwiek nazwą ten zwyczaj spotkania przy stole po pochówku by występował, zawsze wpisywał się w życie wspólnotowe (Bichta, 2018). Poczęstunek po pogrzebie w przeważającej części kraju odbywał się w domu, choć były regiony, gdzie uroczystości rodzinne obchodziło się w karczmie (np. na Kaszubach, Kurpiach, w okolicach Nałęczowa i Krakowa). Jednak samodzielne przygotowanie uczyty zdaje się częstszym zwyczajem, w którym dużą rolę odgrywała pomoc sąsiedzka. Jak opisuje w swoich badaniach Bichta (2018), przyrządzanie posiłków rozpoczynało się zaraz po śmierci członka rodziny – trzeba było zająć się świniobiciem, gotowaniem i pieczeniem ciast. Niektórzy rozmówcy autorki wspominali z niechęcią, że w jednej izbie leżał zmarły, a w drugiej trwały gorączkowe przygotowania.

Przedstawiając tradycje kulinarne związane z uroczystościami rodzinnymi, nie sposób nie wspomnieć o jeszcze jednym ważnym zwyczaju, a mianowicie wymianie jedzenia. Była ona ważnym elementem chrzcin, wesel, pogrzebów – z którymi

zawsze wychodzono poza wewnętrzne grono rodziny. Narodziny lub śmierć czy założenie nowej rodziny były bowiem wydarzeniami na skalę całej wsi, zapowiadały jakąś zmianę istotną dla wszystkich mieszkańców, dlatego należało je odpowiednio ogłosić przez wystawną, na miarę możliwości, ucztę. Obfitość i różnorodność jedzenia stanowiły wyłom w codziennej monotonnej chłopskiej diecie, materialnie podkreślały więc wyjątkowość sytuacji. O ich istotnej roli świadczy fakt, że niegdyś przy takich okazjach rodzinnych odbywały się również imprezy składkowe, na które sami goście przynosili ze sobą różne potrawy (kobiety) i alkohol (mężczyźni). W ten sposób nawet w przypadku uroczystości obchodzonych w rodzinach uboższych zapewniano sobie możliwość najedzenia się do syta (Straczuk, 2004).

3. Porady dla pań domu, czyli jak najlepiej dbać o to, co na stole w dni powszednie i od święta

Niezależnie jednak od tego, czy celebrowane były przełomowe wydarzenia z życia rodziny, przychodził czas świąteczny (a wraz z nim obfitość świątecznych potraw na stole), czy też przygotowanie posiłków ograniczało się do zwykłych, rutynowych czynności dnia codziennego, ktoś musiał przyjąć na siebie obowiązek dbałości o ciepło domowego ogniska i odpowiednią strawę dla domowników i gości.

Na przestrzeni dziejów zmieniały się: sytuacja geopolityczna, uwarunkowania ekonomiczne, dostępność i różnorodność składników w ofercie rynkowej, rozmaite mody itd. Prawda jest taka, iż – niezależnie od tego, na którą kartę historii spojrzymy – nabywanie, a następnie wykorzystywanie umiejętności znalezienia się w trudnej sztuce kulinarnej, z całą pewnością nie było zadaniem łatwym. Wagę tego zagadnienia podkreślił chociażby autor znanej książki *Food: The Key Concepts*. Według niego bowiem jedzenie określa, kim jesteśmy, skąd pochodzimy i kim chcemy być (Belasco, 2008). Z kolei Mary Douglas (2007) jedzenie postrzega jako kod, za którego pośrednictwem można pozyskać cenne informacje o społecznych wydarzeniach oraz relacjach. Każdy posiłek uważa właśnie za ustrukturuwane wydarzenie społeczne.

Niewątpliwie istotnym okresem w ewolucji zdobywania kulinarnej wiedzy był w naszym kraju wiek XIX. O ile wcześniej zajmowanie się przez kobiety domem i kuchnią uchodziło wśród arystokracji za kaprys (w domach szlacheckich – obowiązek), to w owym okresie w Polsce stało się ich zajęciem podstawowym. Przyczyniła się do tego z całą pewnością ówczesna sytuacja polityczna, w efekcie której kobiety zostawały często same, zdane tylko na siebie i własne umiejętności. W kuchni i na stołach pojawiało się zatem to, co można było samemu uprawiać i hodować, tj. „ogrodowizna” (m.in. marchew, por, sałaty, biała kapusta, fasolka szparagowa, a także melony czy arbuzy). Gospodarstwo musiało być bowiem samowystarczalne. W konsekwencji powstawały zwyczaje i przepisy kulinarne, które obecnie są nierzadko nadal przekazywane przyszłym pokoleniom (Zyśk i Czerniak, 2016).

W tym czasie gospodynie domowe nie pozostawały jednak bez wsparcia merytorycznego. Można też było zaobserwować prawdziwy rozkwit takiej literatury, jak książki kucharskie czy poradniki, pisane przez kobiety i dla kobiet – pań domu. Wśród autorek wymienić tu należy Annę Ciundziewicką, Wincentynę Zawadzką czy Lucynę Ćwierczakiewiczową. Trzeba podkreślić, że we wspomnianych wyżej poradnikach zamieszczane były nie tylko wskazówki modowe, ale także rady dotyczące prowadzenia domu i wychowywania dzieci. Oprócz prezentowania tematyki związanej ze sprawami dnia codziennego, stanowiły kompendium wiedzy oraz nowinek (Zyśk i Czerniak, 2016). Co warto podkreślić, część z tych opracowań znajdowała następnie zastosowanie również na początku kolejnego stulecia, przyczyniając się znacząco do tworzenia kuchni narodowej. Żywe tradycje, niezmiennie kultywowane na wsiach, były bowiem przenoszone do środowiska miejskiego. Z kolei tam powstawały nowe grupy społeczne, z przywiezionymi z sobą zwyczajami, pielęgnowanymi tradycjami, a także i zaopatrzeniem.

Gwoli ścisłości należy jeszcze dodać, że w dedykowanych kobietom i kobiecym sprawom poradnikach każda czytelniczka mogła znaleźć coś dla siebie. W XIX w. sięgały do nich nawet damy, które mogły w ten sposób uzyskać cenne wskazówki, jak zachować się w określonym towarzystwie, co niewątpliwie było dla nich wiedzą bardzo istotną. Prawdziwym elementarzem stała się w tym zakresie książka *Przewodnik dla dam, czyli rady dla płci pięknej*. Można się było z niej dowiedzieć między innymi, że prawdziwej damie nie wypada mieć policzków wypełnionych jedzeniem. Stąd panie już wiedziały, że nie mogą, siedząc elegancko przy stole, najadać się do syta. Sytuacja zmieniała się z nadejściem nocy. Wtedy to, nie zważając już na etykietę, kobiety spotykały się... w spiżarni. Tam „rzucały się panienki na smaczne kąski, wynagradzając sobie sówicie post przymusowy” (cyt. za Lisak, 2009, s. 76).

Wracając do kwestii produktów i potraw, w *Poradniku dla gospodyń wiejskich i miejskich, czyli zbiorze rad, wiadomości i przepisów obejmującym różne szczegóły gospodarstwa kobiécego* zwrócono uwagę na rolę chleba, „ponieważ chleb codziennym jest pożywieniem i wiele wpływa na zdrowie ludzkie, umiejętność więc dobrego urządzenia tego pokarmu jest bardzo szacowną” (Leśniewski, 1838, s. 28). Zdecydowanie posiadanie umiejętności jego wypieku stanowiło powód do dumy, gdyż w *Poradniku* można było przeczytać, że: „piękny i smaczny chleb na stole, oprócz przyjemności w jego pożywaniu, czyni gospodarstwu zaszczyt”, będąc tym „artykułem stołu”, który „pierwej wpada w oko niż inne, i jest od nich ważniejszym” (Leśniewski, 1838, s. 28). Oprócz przepisów na chleb czy ciasta gospodyni otrzymywała szereg innych bardzo użytecznych informacji związanych z przygotowaniem potraw, jak również utrwalaniem różnych surowców. Szczególnie cennej wiedzy każdej pani domu dostarczał zapewne rozdział IV pt. *Dyetyczne własności różnych istot pożywnych* (Leśniewski, 1838).

Omawiając rolę wszelakich opublikowanych porad dedykowanych paniom domu, nie sposób pominąć jednej z głównych ich autorek – Lucyny Ćwierczakiewiczowej, absolutnej ekspertki w zakresie kulinariów i porad gospodarczych. Cytując Zaprut-

ko-Janicką (2018), Ćwierczakiewiczowa dała się poznać „jako zażywna dama, która za nic ma konwenanse, a przede wszystkim zna się doskonale na kuchni”, o czym świadczyły już, wydane nieco wcześniej, bestsellerowe *Jedynie praktyczne przepisy wszelkich zapasów spiżarnianych oraz pieczenia ciast*. Mówi się, że autorka ta zmieniła postawy kobiet; zajmowanie się gospodarstwem domowym i gotowaniem zaczęło wchodzić w dobry ton. Dodać tu należy, że wszystkie swoje przepisy wypróbowała najpierw sama, stąd sukces gospodyni uważnie podążającej według jej wytycznych był potem gwarantowany. Największą sławę przyniósł Ćwierczakiewiczowej zbiór przepisów pod tytułem *365 obiadów za 5 złotych*. Od roku 1860 wydrukowano wiele edycji książki, która w swoim czasie przebijała nakłady dzieł takich polskich autorów, jak Sienkiewicz (sprzed *Trylogii*) czy Prus (Zaprutko-Janicka, 2018). Nic w tym chyba dziwnego, skoro nawet w biografii Ćwierczakiewiczowej pt. *Pani od obiadów* czytamy, że „365 obiadów za 5 złotych stoi na półce w każdym domu, tuż obok modlitewnika, ale jest bardziej zacytany.” (Sztokfisz, 2018, s. 10).

Młoda gospodyni mogła rozpocząć swoje nauki od lektury książki owej autorki *Podarunek ślubny: kurs gospodarstwa miejskiego i wiejskiego dla kobiet*. Dzieło to było istotne, ponieważ ułatwiało „rozumne pojęcie całego ogromu obowiązków czekających ją, aby wchodząc w życie, nie iść omackiem po ciemnej drodze, nie szukać nieznanym sobie ścieżek, ale od razu stać się panią znanego przedmiotu i tylko własnym doświadczeniem dochodzić do coraz większej na tym polu umiejętności rządzenia domem i gospodarstwem.” (Ćwierczakiewiczowa, 1885). I tak młode adeptki sztuki kulinarnej mogły się z książki dowiedzieć „o pokarmach i ich pożywności”. Nie zabrakło i rad praktycznych, jak ta, iż „każde pożywienie tykane prędko, nie idzie na użytek organizmu, nawet najpożywniejszy i najzdrowszy pokarm...”, a także – w kolejnym rozdziale – wiedzy o tym, „czem się w rozmaitych krajach karmią ludzie”. Co niezwykle istotne, autorka w swoich książkach nie koncentrowała się jedynie na przepisach kulinarnych, ale zwracała też uwagę na tak ważne aspekty jak wydatki, jakość surowców, planowanie potraw pod względem ilościowym i jakościowym. W swym najpopularniejszym dziele stwierdziła: „uważam za właściwe dodać, że świeżość i wybór dobrego prowiantu jest pierwszym warunkiem dobrej kuchni, bo ze złych rzeczy nic dobrego wytworzyć nie można”. W temacie zup autorka radziła: „najlepsza proporcja przy zupach jest zastosowanie garnka do liczby osób, rachując zawsze kwaterkę na jedną osobę, czyli kwartowy garnek na cztery osoby. Przy rosółach i zupach mięsnych trzeba uważać, aby samego płynu była kwaterka na osobę.” (Ćwierczakiewiczowa, 1860, s. 56).

W dodatku zatytułowanym *Niektóre konieczne wiadomości przy nauce gospodarstwa do Kursu gospodarstwa miejskiego i wiejskiego dla kobiet* Ćwierczakiewiczowa (1889) podkreślała szczególnie ważną rolę właściwej organizacji przestrzeni w kuchni, dedykowanej przyrządzaniu potraw i zachowania higieny podczas tego procesu.

Znalazły się w nim także kwestie „strawności i niestrawności różnych potraw”, gdyż autorka na kartach książki uznała, „że interesującym będzie dla wykształconych gospodyń, dbających o dobre i higieniczne odżywianie rodziny i domowników,

co jest strawne, a co mniej strawne i posilne, w potrawach często podawanych na stół.” (s. 332).

Dla porządku należy jeszcze dodać, że Ćwierczakiewiczowa publikowała też kalendarze, jak na przykład *Kolęda dla gospodyń przez autorkę 365 obiadów*, również będące zbiorem porad dedykowanych paniom domu. O ich popularności i niewątpliwym zapotrzebowaniu czytelniczek na wiedzę o trudnej materii utrzymania domu i kulinariów świadczyć może chociażby fakt, że ukazywały się one przez ponad dwie dekady, a przecież była to zaledwie jedna pozycja w literaturze gromadzącej informacje niezbędne każdej pani domu.

Stawka zdobywania tej całej kulinarnej wiedzy była wszak wysoka, gdyż już w książce *365 obiadów za 5 złotych* Lucyna Ćwierczakiewiczowa napisała: „żonom zawsze powtarzam, że smacznie przyrządzony obiad jest podstawą szczęścia domowego.” (cyt. za Plebańczyk, 2015, s. 171). Trudno o lepszą rekomendację...

4. Podsumowanie

Jedzenie i związane z nim zwyczaje zawsze pełniły istotną funkcję społeczną. Były i są ważnym elementem życia rodzinnego, uroczystości domowych, sąsiedzkich i towarzyskich. Jak dowodzi Dumanowski (2010), jedzenie służyło nie tylko posileniu się, ale było także „znaką zamożności”, a „odpowiednie uraczenie gościa przygotowaną ucztą mogło sprzyjać budowaniu właściwych stosunków międzyludzkich”. Uczty towarzyszyły wielu tradycyjnym zwyczajom, świętom i uroczystościom.

Pielęgnowanie tradycji kształtuje rodzinną historię życia. Symbole tożsamości rodzinnej, obok fotografii czy pamiętników, stanowią także funkcjonujące obrzędy i zwyczaje (Dąbrowska, 2003). Rozpatrując rolę tradycji, nie sposób nie podkreślić, co zrozumiałe, również znaczenia różnych uroczystości. Wszystko to tworzy bowiem rodzinną więź kulturową, która umacnia i utrwala styl życia (Kowalska, 2010).

Trzeba przy tym jednak zaznaczyć, że każde, nawet najskromniejsze kulinarne przedsięwzięcie wymagało wiedzy oraz zaangażowania od osób je tworzących, tak by wzmacniało to wyjątkowe poczucie więzi płynącej z biesiadowania przy domowym ognisku. A nie ma przecież lepszego jego symbolu niż stół – i ten zastawiony skromnie, i ten bogaty, na co dzień i od święta.

Literatura

- Belasco, W. (2008). *Food: The Key Concepts*. Oxford–New York: Bloomsbury Publishing.
- Bichta, E. (2018). *Stypa. Wymiar tradycyjny i wspólnotowy, (w:) Polska i świat przez kuchnię. Studia o dziedzictwie kulinarnym*, A. Kamler, D. Pietrzakiewicz, K. Seroka (red.). Warszawa: Grupa Cogito Sp. z o.o., 175–186.

- Bielecka-Prus, J., Pepaś-Skowron, A. (2016). Dynowskie doświadczenia badań tradycji weselnej z zastosowaniem etnografii performatywnej. *Sztuka i dokumentacja*, 14, 63–73.
- Cieśluk, K. (2013). Ocalić od zapomnienia – dawne ludowe tradycje weselne w gminie Lipsk. *Biuletyn Konserwatorski Województwa Podlaskiego*, 19, 183–224.
- Ćwierczakiewiczowa, L. (1860). 365 obiadów za 5 złotych. Warszawa: nakład autorki, Drukarnia Jana Psurskiego.
- Ćwierczakiewiczowa, L. (1885). Podarunek ślubny: kurs gospodarstwa miejskiego i wiejskiego dla kobiet. Warszawa: Gebethner i Wolff.
- Ćwierczakiewiczowa, L. (1889). Niektóre konieczne wiadomości przy nauce gospodarstwa, (w:) Kurs gospodarstwa miejskiego i wiejskiego dla kobiet, L. Ćwierczakiewiczowa. Warszawa: Gebethner i Wolff.
- Dąbrowska, A. (2003). Tradycja rodzinna jako dziedzictwo kultury narodowej, (w:) Międzygeneracyjna transmisja dziedzictwa kulturowego. Społeczno-kulturowe wymiary przekazu, J. Nikitorowicz, J. Halicki, J. Muszyńska (red.). Białystok: Trans Humana, 97–103.
- Douglas, M. (2007). Ukryte znaczenia. Wybrane szkice antropologiczne, tłum. E. Klekot. Kęty: Wydawnictwo Marek Derewiecki, 333–360.
- Dumanowski, J. (2010). Rozmach i skromność polskiego wesela. https://www.wilanow-palac.pl/rozmach_i_skromnosc_polskiego_wesela.html, data dostępu: 19.10.2023.
- Gąsiorowski, M. (2006). Ochrona produktów regionalnych i tradycyjnych. *Agro-Smak*, 2, 4.
- Grębowiec, M. (2017). Produkty regionalne i tradycyjne jako element budowania konkurencyjnej oferty produktów żywnościowych w Polsce i innych krajach Europy. *Zeszyty Naukowe Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie. Problemy Rolnictwa Światowego*, 32(2), 65–80.
- Hełpa-Liszkowska, K. A. (2013). Dziedzictwo kulturowe jako czynnik rozwoju lokalnego. *Studia Oeconomica Posnaniensia*, 1(6), 5–18.
- Jęmczyk, A., Maćkowiak, M., Uglis, J. (2014). Dziedzictwo kulinarne elementem przewagi rynkowej w ofercie gospodarstw agroturystycznych. *Roczniki Naukowe Stowarzyszenia Ekonomistów Rolnictwa i Agrobiznesu*, 16(2), 103–108.
- Kowalska, M. (2010). Rola tradycji w życiu wielopokoleniowych rodzin wiejskich w Małopolsce. *Krakowskie Studia Małopolskie*, 14, 20–35.
- Kukier, R. (1966). Ludowe zwyczaje i obrzędy weselne na ziemi lubawskiej i pograniczu lubawsko-mazurskim. *Komunikaty Mazursko-Warmińskie*, 3, 391–413.
- Leśniewski, P. E. (1838). *Poradnik dla gospodyń wiejskich i miejskich, czyli zbiór rad, wiadomości i przepisów obejmujący różne szczegóły gospodarstwa kobięcego*. Warszawa: A. E. Glücksberg.
- Lisak, A. (2009). *Miłość, kobieta i małżeństwo w XIX wieku*. Warszawa: Wydawnictwo Bellona.
- Makała, H. (2014). Kultura żywieniowa a turystyka – obszary wspólnych zainteresowań. *Zeszyty Naukowe Turystyka i Rekreacja*, 13(1), 133–145.
- Mrowczyk-Madeja, P., Chadzińska, B. (2019). Funkcjonowanie Sieci Dziedzictwo Kulinarne Małopolska w ramach Europejskiej Sieci Regionalnego Dziedzictwa Kulinarne. <https://modr.pl/dziedzictwo-kulinarne-i-przepisy-kulinarne/strona/funkcjonowanie-sieci-dziedzictwo-kulinarne>, data dostępu: 20.10.2023.
- Obrzędy (b.r.). *Obrzędy weselne w Chłopach* Władysława Reymonta. <https://zpe.gov.pl/a/wprowadzenie/D10VgCQF9>, data dostępu: 20.12.2023.

- Oleszczuk, A. (1951). Ludowe obrzędy weselne na Podlasiu. *Archiwum Etnograficzne* 1. Lublin, Łódź: Polskie Towarzystwo Ludoznawcze.
- Plebańczyk, K. (2015). Dziedzictwo kulinarne wykorzystane. Wybrane elementy zarządzania dziedzictwem kulinarnym we współczesnej Polsce. *Zarządzanie w Kulturze*, 16(2), 165–185.
- Purchla, J. (2017). Dziedzictwo kulturowe, (w:) *Kultura a rozwój*, J. Hausner, A. Karwińska, J. Purchla (red.). Kraków: Wydawnictwo GAB, 51–54.
- Sikora, K. (2018). Grzeczność polskiego stołu, (w:) *Polska i świat przez kuchnię. Studia o dziedzictwie kulinarnym*, A. Kamler, D. Pietrzekiewicz, K. Seroka (red.). Warszawa: Grupa Cogito Sp. z o.o., 157–165.
- Straczuk, J. (2004). Wspólnotowe funkcje pożywienia, czyli pogranicze wyznaniowe od kuchni. *Kultura Współczesna*, 4/42, 187–210.
- Strzępek-Leśniak, B. (2021). Oświeceniowy motyw damy modnej – kontynuacje i nawiązania w wybranych utworach kanonicznych dla szkoły średniej. *Dydaktyka Polonistyczna*, 7(16), 225–236. <https://doi.org/10.15584/dyd.pol.16.2021.17>
- Surma, M. (2020). Polter, Pulteram, Polterabend – tradycje i nazwy przedweselnego świętowania w wybranych gwarach Wielkopolski. *Prace Filologiczne*, 75/2, 277–295.
- Sztokfisz, M. (2018). Pani od obiadów. *Lucyna Ćwierczakiewiczowa. Historia życia*. Kraków: Wydawnictwo Literackie.
- Światała-Trybek, D. (2014). Dziedzictwo kulinarne w kontekście europejskiego ruchu turystycznego. *Studia Etnologiczne i Antropologiczne*, 14, 28–43.
- Światała-Trybek, D., Przymuszała, L. (2018). Na beztydzień i od święta – o tradycyjnych zupach w śląskim menu, (w:) *Polska i świat przez kuchnię. Studia o dziedzictwie kulinarnym*, A. Kamler, D. Pietrzekiewicz, K. Seroka (red.). Warszawa: Grupa Cogito Sp. z o.o., 187–196.
- Torowska, J. (2018). Dziedzictwo kulturowe – czym jest, dlaczego jest ważne i czy zasługuje na ochronę? *Hejnał Oświatowy*, 3/171, 3–9.
- Tymochowicz, M. (2018). Zachowania etykietalne przy chłopskim stole, (w:) *Polska i świat przez kuchnię. Studia o dziedzictwie kulinarnym*, A. Kamler, D. Pietrzekiewicz, K. Seroka (red.). Warszawa: Grupa Cogito Sp. z o.o., 165–176.
- Zaprutko-Janicka, A. (2018). „365 obiadów za 5 złotych”. Najpopularniejsza polska książka XIX wieku. <https://ciekawostkihistoryczne.pl/2018/11/25/prus-i-mickiewicz-nie-mogli-nawet-marzyc-o-takim-sukcesie-jaka-byla-najpopularniejsza-polska-ksiazka-xix-wieku>, data dostępu: 12.12.2023.
- Zych, M., Zych, R. (2021). Wokół stołu chłopskiego we wsiach Galicji na przełomie XIX i XX w. https://repozytorium.uwb.edu.pl/jspui/bitstream/11320/11764/1/M_Zych_R_Zych_Wokol_stolu_chlopskiego_we_wsiach_Galicji_na_przelomie_XIX_i_XX_w.pdf, data dostępu: 20.10.2023.
- Zyśk, J., Czerniak, G. (2016). Wychowanie dziecka w XIX stuleciu w świetle praktycznych porad Lucyny Ćwierczakiewiczowej, (w:) *Życie prywatne Polaków w XIX wieku. „Świat dziecka”*, t. 5, J. Kita, M. Korybut-Marciniak (red.). Łódź-Olsztyn: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, 301–313. <https://doi.org/10.18778/8088-339-0.22>
- Żuromskaite, B. (2010). Możliwości popularyzacji produktów dziedzictwa kulinarnego Litwy, (w:) *Wielokulturowość w turystyce*, E. Puchnarewicz (red.). Kraków: Wydawnictwo Libron, 335–352.