

# ЗМІСТ

Про що тут? .....	6
Про впливи .....	14
Свій дараб .....	15
У давнину .....	25
XIII ст. Початок освоєння гір.	
Саксонський вплив .....	30
XIV ст. Волоський вплив.....	37
XV ст. Італійський вплив через Угорщину .....	45
XVI ст. – 90-ті рр. XVII ст.	
Трансільвансько-турецький вплив.....	52
Друга половина XVII ст. Боротьба за виживання і французький придворний вітер .....	69
XVIII ст. Австрія і вплив німецьких колоністів .....	76
XIX ст. Австро-Угорський вплив .....	91
XX ст. Чехословацький, угорський і радянський впливи .....	104
XXI ст. Віднайти втрачене .....	124
Працювати на пана.....	127
На заробітки.....	137
На вашарі.....	143
Се не так ся робить!	
Звідки стільки відмінностей.....	149
Прості жести – вікові звичаї .....	152
Клади на огинь .....	156
Запастися на зиму .....	159
Як їдять у горах?.....	162
На Мадярах .....	173
Невже колись не було картоплі й кукурудзи? .....	177
Заокеанські рідні .....	182
Дайте м'яса .....	184
Бідна кухня чи світова мода?.....	189

Ложка з дерева. А де виделка? .....	192
Пасулю тичити .....	196
Брати крумплі .....	199
Лущити киндирицю .....	205
Заквасити капусту .....	213
Хліб з печі.....	217
Отара овець .....	227
Бринза з полонини .....	236
Урда .....	243
Гусянка .....	246
З квасним молоком.....	248
Що на керті?.....	249
Напечи паленят .....	253
Побудити шовдарь .....	256
Клич гентеша .....	260
Пікниця.....	261
Гурка .....	262
Шойт .....	263
Солонина .....	264
Натопити масті.....	265
Посадити дерево.....	266
Придобрити (спеції) .....	269
У хащі.....	272
Найти гриб.....	275
Ймити струга .....	278
Напитися квасу .....	282
Посолити.....	286
Гордів вина .....	290
Шетемені .....	300
Солоденький мед.....	304
Що далі? .....	307
Примітки .....	310



## ПРО ЩО ТУТ?

Сьогодні людина хоче не просто їсти. Її цікавить здорова їжа. Мати на столі якісне і здорове харчування — непросте завдання у сучасному світі. Це не лише дбати про здоров'я своє й рідних, але також про навколишнє середовище, про людей, які виробляють продукцію, про спосіб виробництва, який дасть змогу їсти справжній продукт не тільки сьогодні, а й завтра. Об'єднати все це в одній тарілці неможливо інакше, ніж харчуючись локально.

Отже, сьогодні людина хоче їсти локальну їжу. Що це означає? Те, що харчування людини походить з найближчого периметру, а не долає тисячі кілометрів, всмоктуючи вуглекислий газ. Те, що вона сезонна і варіюється залежно від пори року. Те, що вона найкраще підходить до потреб людини у конкретному регіоні. Те, що вона виплекана у господарствах «людських» розмірів і не акселерована хімічними добавками. Те, що вирощена у природній спосіб, вона не залишає по собі знищений ґрунт, якому треба відновлюватися десятком років. І навіть те, що вона дає можливість працювати людині на своїй землі, а не їхати світ за очі у пошуках заробітку. Цей список можна продовжувати, згадавши і про те, що кількість населення Землі у 2050 році, що зростає до 10 млрд, неможливо буде прогодувати здоровою їжею, не змінивши нинішні форми забезпечення харчуванням з глобальних на локальні.

Хтось може заперечити, що й локальну їжу можна зіпсувати так, що вона буде гіршою від тієї, що здійснила навколосвітню подорож. Звісно, погоджуємося, але тут ми

говоримо не про безвідповідальну і нерозумну поведінку, а про усвідомлені кроки сучасної людини.

Ідея написання цієї книги виникла від кількох дуже простих речей: давньої зацікавленості гастрономією та споглядання світових тенденцій харчування. А найбільше — від елементарної констатації, що часто рішення великих проблем, які пропонуються на світовому рівні, дуже нагадують досі живі господарські практики в Україні, зокрема на Закарпатті. Саме звернути на них увагу у цей актуальний час, глибше зрозуміти, а головне — більше використовувати — основна мета книги.

Чому ми говоримо тут про гастрономію, а не про кулінарію? Локальна кухня має сенс тільки тоді, коли вона пов'язана із землею, з місцевим господарським циклом. Її не можна розглядати відірваною від навколишніх реалій. Гастрономія охоплює ці значно ширші рамки, а кулінарія є просто її невеликою частиною. Для нас важливий зв'язок між культурою та їжею, що власне є гастрономією.

Окрім багатьох позитивних сторін для здоров'я людини і планети, локальна кухня здатна розповісти про історію і специфіку регіону більше, ніж це може здаватися на перший погляд. Будь-яка справжня локальна кухня прямо пов'язана не лише із середовищем проживання, а й з історією і психологією місцевого населення. Історія харчування та усієї діяльності навколо цього дає ключ для глобального розуміння історії.

Людина хоче знати, чому страва виникла саме в цьому місці, чому її їдять так, а не інакше, чому вона складається саме з таких інгредієнтів. Коли намагаєшся зрозуміти походження страв або цілої кухні, не можеш зробити це у відриві від історії, особливо, коли йдеться про раціон, який повністю складався з того, що вирощувалося або самостійно проростало поруч. Цікавитися автентичною кухнею означає досліджувати територію, пізнавати історію місцевих людей, їхні звичаї, світогляд, спосіб життя.

Це надзвичайно цікава подорож, після якої відчуваєшся збагаченим розумінням глибинних речей, чогось справжнього.

Закарпаття має багато переваг, але одна з них особлива — це проста горянська кухня. Читач зможе відчутти, що в цій одній з найменших областей України все доволі строкато, що має під собою історичне підґрунтя, про яке чимало йтиметься в книзі. Цю строкатість тим більше помітно в харчуванні. Тут можна виділити багато кухонь — гуцульську, словацьку, румунську, єврейську, німецьку, радянську, ромську, міську, сільську і т. д. — але за масштабом ми розрізняємо дві основні кухні — закарпатську горянську і закарпатську угорську.

Часто їх об'єднують в одну. Так простіше для сприйняття — на одному Закарпатті одна кухня. Але якщо відійти від узагальнень, то стає очевидним: історична й технологічна основа у горянської та угорської закарпатських кухонь різні. Більше того, на значній території краю вони не перетинаються. Запитайте мешканців верхів'я р. Боржави, що таке «бограч», «бундаш кеньор», «галасле» і т. д., і ви із подивом станете свідком знизування плечима — «не знаю». А до поселень Закарпаття зі значним угорським впливом звідти лишень пару десятків кілометрів...

Автентична горянська кухня — зовсім того не прагнути і з причини нестачі, — сформувалася як дуже здорова із сучасної точки зору, з незначним вмістом жирів. Систематична нестача м'яса створила значно легшу кухню у закарпатських горян, ніж це навіть є у західних слов'ян (Чехії, Польщі, Словаччині) та Угорщині. Ситуація дещо змінилася на початку ХХ ст., але тут ми говоримо про горянську кухню, якою вона була біля своїх витоків.

У книзі чимало уваги приділено впливам чи опорі впливам на формування горянської гастрономії. Зараз Закарпаття межує з чотирма країнами: Угорщиною, Словаччиною, Румунією і Польщею, кожна з яких впливала на кухню за-

карпатців. Не менше впливали на неї перебування під угорським, австрійським, трансільванським, австро-угорським і чехословацьким суверенітетом, рання німецька колонізація, волоська міграція, а пізніше австрійські й німецькі колоністи, що переселялися сюди на заклик графів Шенборнів та австрійської корони. За часів СРСР до закарпатських смаків додалися традиційні українські, кавказькі, білоруські, російські наїдки. Свій внесок до переліку класичних страв закарпатців зробили і євреї, яких було в Закарпатті чимало до трагічних часів Другої світової війни. Роми також доклали до закарпатського столу своїх зусиль.

Але для горянської кухні головним був не вплив, а те, що вона сформована на «самодостатності». Це виникло не від достатку, та все ж. З висоти ХХІ ст. ми осмислюємо і дивимося на це зовсім інакше, ніж раніше. Це колись проблемою була нестача, а зараз проблема — надлишок харчування, який до того ж не дає організму необхідної кількості мікроелементів.

Переважно бідні закарпатські горяни не мали змоги й не надто розраховували на привізні продукти. Не те, щоб їх зовсім не було, — купували лише те, без чого не обійтися. Тому основою страв стали місцеві овочі, злаки, полонинський сир, молоко, трохи м'яса, гриби, гірська річкова риба й лісові збори, які вносять до харчування ту різноманітність, що на довготривалій основі неможливо досягнути в нелокальній кухні. Так Закарпаття отримало свою автентичну регіональну кухню, яка складалася віками й притаманна саме цьому регіонові. Вона еволювала зсередини і зовнішні впливи або спротив до них лише стимулювали такий розвиток.

Екскурси в історію, яких чимало в цій книзі, зовсім не означають, що колись було краще, ніж зараз. Ніхто сьогодні не стане заперечувати досягнень цивілізації. Звернення в минуле означають тут зрозуміти витоки й основні принципи. Адже нічого не складалося випадково. У чомусь

(і багато в чому), безперечно, був вплив обставин, але багато в чому це був виведений десятиліттями досвід того, що так для місцевої людини краще і корисніше. Ми не знаємо до кінця, чому окремі речі склалися саме так, але знаємо, що на це були свої вагомі причини. Адже в гастрономії неможливо прийти й сказати, що відтепер буде так, а не так. Будь-яке запозичення мусить мати сприятливий ґрунт для перенесення, органічну і культурну основу для засвоювання. Те, в чому немає потреби, ніколи не буде прийнято.

Зазвичай книги з гастрономії пишуть про кухню свят і бенкетів вищого класу суспільства, яке завжди (окрім, можливо, нашого часу) харчувалося краще, ніж прості люди. Але ця книга — про харчування простих горян. Зрештою, часи, коли бідні прагнули харчуватися, як їхні зверхники, минули, і тепер вже багаті намагаються адаптувати для себе принципи харчування бідняків.

В історичному контексті у горянському харчуванні варто розрізняти кухню «бідного» і «заможного» селянина. Це питання повсякденного достатку. Не всі могли дозволити собі харчуватися однаково. Здебільшого це стосувалося кількості й відбірності продуктів і, рідше, наявності в одних ширшого асортименту їх, ніж в інших.

Автономно від цього, фактично окремим паралельним світом, стоїть кухня замків і аристократів. В реальному часі вона фактично не перетиналася з простою горянською, але, як ми побачимо, мала поступовий, інколи дуже повільний, вплив на гастрономічний менталітет і звичаї простих горян. Більше значення для горянського харчування мала міська кухня, яка виникла як серединна між аристократичною і протонародною, а з часом і повністю замінила аристократичну. Зрештою, у багатьох випадках страви містян були спрощеними версіями страв аристократів. Зворотній процес (від сільської і міської